9.049 Kuracie prsia na francúzsky spôsob
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
kuracie prsia	6,00	6,00	7,00	7,00	8,00	8,00	9,00	9,00
olej	0,15	0,15	0,20	0,20	0,20	0,20	0,30	0,30
smotana	2,50	2,50	3,00	3,00	3,50	3,50	4,00	4,00
maslo	0,60	0,60	0,90	0,90	1,40	1,40	1,80	1,80
grilovacie korenie			0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	0,03
soľ	0,08	0,08	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20
zemiaky	17,00	11,90	25,00	17,50	35,00	24,50	42,00	28,40
hmotnosť porcie v g	180		250		320		400	
z toho hmotnosť mäsa v g	36		42		48		54	

Receptúra

Výrobný postup

Kuracie prsia umyjeme pod tečúcou vodou, osušíme, nakrájame na porcie, osolíme a posypeme grilovacím korením. Poukladáme do olejom vymasteného pekáča, prikryjeme umytými, očistenými na hrubé plátky pokrájanými zemiakmi, na ktoré poukladáme plátky masla, zakryjeme a dáme do rúry piecť. Polomäkké zemiaky zalejeme smotanou a odokryté dopečieme do ružova.
Podávame s rôznymi zeleninovými šalátmi.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	1319	229	19,7	14,6	0,3	15,67	0,8	55,3	0,3	0,02	0,01	0,01	11,8	0,2
B	1669	417	24,7	20,1	0,5	25,06	0,9	73,3	0,9	0,03	0,02	0,02	20,6	0,2
C	2202	551	29,3	27,6	0,7	33,9	1,1	95,1	1,1	0,04	0,03	0,02	28,9	0,3
D	2733	685	36,2	35,1	1,0	39,8	1,3	117,5	1,6	0,05	0,04	0,03	33,4	0,4